De la teorie la practică, prin cabinetul medico-științific

Complexitatea problemelor izvorîte din practica activității de educație fizică, varietatea și specificul acestora, ne obligă să aprofundăm necontenit cunoașterea lor. Acest lucru se realizează printr-o largă documentare și experimentare, prin schimbul de idei și de opinii între specialiști. Dezbaterea în mod organizat a unor probleme de bază, argumentarea și contra-argumentarea, ipotezele și motivările precise (rezultate din practică sau teorie) devin nu numai o necesitate dar și un sprijin real în orientarea specialiștilor pentru ridicarea calificării lor.

În ultimul timp consemnăm cu satisfacție o creștere considerabilă a acțiunilor privind dezbaterea și explicarea științifică a unor aspecte importante ale activității noastre, ca urmare a muncii mai organizate a unor cabinete metodice regionale. Printre acestea se numără și acela al regiunii Ploiești.

OPINII

Cabinetul metodico-științific al Consiliului regional UCFS Ploiești a înregistrat progrese serioase. Un sediu primitor și corespunzător, biblioteca documentară, numeroase materiale de studiu (planșe, chinograme etc.) iată cadrul în care se desfășoară activitatea. Dotarea în continuare a cabinetului metodico-științific, crearea unui laborator pentru studiul calităților fizice, organizarea unui muzeu sportiv regional sînt numai cîteva dintre obiectivele apropiate cuprinse în planul de muncă.

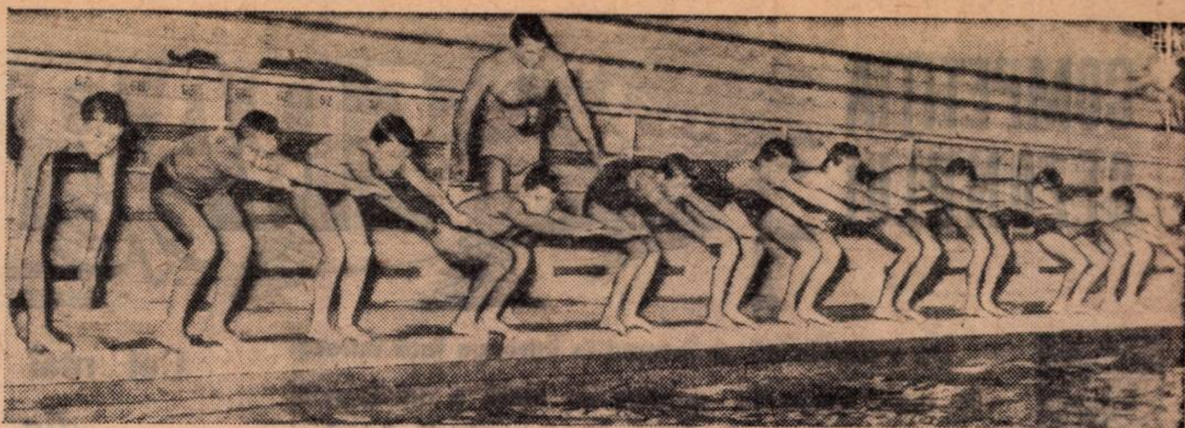
Recent, cabinetul a organizat o reușită „masă rotundă" cu specialiști din orașul Ploiești. Discuțiile, deosebit de interesante, au abordat unele probleme de bază ale antrenamentului sportiv, cum ar fi: *„Pregătirea fizică în cadrul ciclului anual al antrenamentului sportiv"*; *„Ponderea factorilor antrenamentului și mijloacele lor de realizare, în funcție de specificul ramurilor de sport"*; *„Volumul și intensitatea antrenamentelor înaintea concursurilor sportive"*; *„Variante ale obținerii formei sportive"*.

A fost o seară reușită, de dezbateri rodnice și concluzii interesante, folositoare. Succesul acestei „mese rotunde" arată necesitatea ca asemenea acțiuni ale cabinetului să fie mai dese, să aibă o periodicitate precisă și un plan tematic stabilit. Aceasta reprezintă, de fapt, lectoratul pe care cabinetul metodico-științific are sarcina să-l organizeze cu toți specialiștii din orașul și regiunea Ploiești. Pentru asigurarea unui conținut corespunzător acestor lectorate, de mare însemnătate este îmbogățirea necontenită a documentării existente la sediul cabinetului, creîndu-se astfel posibilitatea informării operative a specialiștilor cu cele mai noi cuceriri ale teoriei și practicii sportive. Acest lucru este în curs de realizare la Ploiești și constituie, de altfel, o preocupare a colectivelor majorității cabinetelor metodico-științifice regionale.

Dacă lecția de antrenament sportiv sau lecția de educație fizică reprezintă laboratorul experimental și de perfecționare a antrenorului și profesorului de educație fizică, cabinetul metodico-științific trebuie să devină locul schimbului multilateral de experiență, de generalizare a rezultatelor pozitive obținute în munca practică, forul metodic de dezbatere și de orientare unitară a activității.

Scopul comun al tuturor specialiștilor este acela de a obține rezultate cît mai bune, corespunzătoare cerințelor actuale. Dezbaterile și schimbul de opinii, bazate pe colaborare și ajutor reciproc, contribuie la crearea unor condiții optime de studiu și de muncă. Iar rezultatul practic al acestui aport colectiv va fi bucuria comună a rezultatelor mereu mai bune ale sportivilor noștri.

prof. RODICA SIMIONESCU
Metodistă la Consiliul științific al UCFS



O dată cu sezonul rece antrenamentele tinerilor înotători din Capitală se desfășoară la bazinul acoperit Floreasca. În fotografie un aspect de la o grupă de copii care învață luarea startului modern
Foto: T. Roibu

— Recenzii —

VÎRFURI FĂRĂ ZEI*)

Succesul de librărie al primei ediții a volumului „VIRFURI FĂRĂ ZEI", de Fritz Rudolph, a determinat editura UCFS să reediteze cartea, dînd astfel posibilitatea unui cerc cît mai larg de iubitori ai sportului să cunoască această palpitantă povestire despre oameni și munți, despre lupta omului pentru cucerirea înălțimilor.

Autorul, unul dintre erudiții alpinismului, el însuși un desăvîrșit cățărător, redă cu talent și autenticitate lupta pentru cucerirea uriașilor de peste 8 000 metri care domină Himalaya, acest „acoperiș al pămîntului".

Fiecare din cei 12 „optmiari" își are istoria, poveștile, tragediile sale, își are învinșii și învingătorii săi. Fritz Rudolph descrie în pagini măiestre marea bătălie a Annapurnei, primul vîrf de peste 8 000 de metri cucerit de om, epopeea Everestului, duelul tragic purtat cu „muntele călău" Nanga Parbat (care s-a lăsat înfrînt abia după sacrificiul a 31 de vieți omenești) și alte episoade la fel de eroice din această dispută dură om-stîncă.

Vom întîlni în carte figuri aspre și suflete gingașe, vom cunoaște exemple emoționante de prietenii statornice, mai tari decît granitul Himalayei, îi vom descoperi aici, așa cum sînt, cu virtuțile și slăbiciunile lor, pe Tensin Norking, Edmund Hillary, Hermann Buhl, Mallory, Maurice Herzog, Louis Lachenal și alți mari cutezători, care s-au avîntat fără frică spre înălțimi.

Întrebat, o dată, de ce a trebuit să fie cucerit Everestul, cel mai înalt punct al planetei noastre, Norking — strălucitul lui învingător — a răspuns:

— Foarte simplu: pentru că el există...

*) Editura UCFS, 304 pag., 10,50 lei.

TEORIA MODERNĂ A DESCHIDERILOR ÎN ȘAH*)

După o întrerupere de aproape șase ani, Editura UCFS pune din nou la îndemîna iubitorilor șahului un amplu tratat de teorie a deschiderilor. De la lucrarea lui Paul Keres încoace, practicienilor de diferite clasificări ale acestui joc le-a lipsit din bibliotecă o carte de sinteză a deschiderilor de partidă, la fel de necesară începătorilor care aspiră la laurii gloriei, cît și maestrului trecut de acum prin „focurile" bătăliilor de turneu.

Este, deci, cu atît mai lăudabil efortul Editurii de a umple un gol serios, care se crease în acest important domeniu al pregătirii șahiștilor noștri.

Lucrarea este semnată de multiplul campion al țării, maestrul internațional VICTOR CIOCÎLTEA și de antrenorul SERGIU SAMARIAN, un reputat publicist și cercetător al teoriei șahiste. Marele merit al lucrării constă în faptul că ea prezintă ultimele noutăți ale teoriei deschiderilor cu exemple practice din mii de partide jucate pînă în anul 1965.

Sistemul de prezentare ales, acela de tabelă sinoptică, ușurează considerabil însușirea materialului. De altfel, acest mod de redare a variantelor este consacrat de peste 100 de ani, de la prima ediție a cărții „Handbuch des Schachspiels" a lui Bilguer (1846).

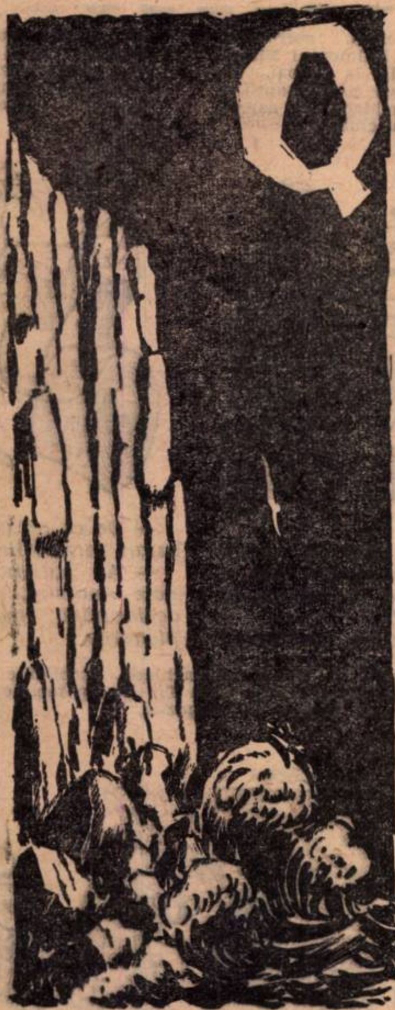
Volumul cuprinde toate sistemele de joc deschise (partida spaniolă, italiană, gambitul regelui, jocul celor doi cai etc) și o parte dintre sistemele semideschise (printre care apărarea siciliană, apărarea franceză, Caro-Kann, Alehin), urmînd ca volumul II (care va apare în ianuarie 1967) să trateze celelalte sisteme.

Nu putem încheia această scurtă prezentare, fără să arătăm substanțiala contribuție personală (din partide de turneu și studii teoretice) adusă de cei doi autori, fapt care ridică mult valoarea lucrării.

V. CHIOSE

*) Editura UCFS, 294 pag., 12,50 lei.

Quebrada



Note de drum din Mexic

Iubitorii celei de a șaptea arte au putut admira în filmul „Veselie la Acapulco" imaginile viu colorate ale exoticului orășel mexican și pe cunoscutul cîntăreț Elvis Presley într-o îndoielnică intrigă amoroasă, în care vocea junelui și luxuriantul peisaj tropical constituiau singurele argumente majore ale acestui film comercial, de serie.

Și iată-ne, prin jocul neprevăzutului, față în față cu tăblița indicatoare ce vestește la ieșirea din oraș, „CIUDAD DE MEXICO — ACAPULCO 420 km".

Cu peste 120 de km pe oră mașina străbate întortocheatele serpentine ce taie majestuoșii Sierra Madre de Vest, spre Perla Pacificului, printr-un peisaj cu totul neobișnuit nouă.

Nu știi ce să admiri mai întîi! Sălbăticia impresionantă a munților ce-i străbați, sau vegetația stranie ce-ți amintește vag de ilustrațiile unor îndepărtate și fantastice povestiri de călătorii citite cîndva, în copilărie?

La peste 3000 de metri înălțime, de o parte și de alta a brîului de beton pe care gonim fără răgaz, cactuși de tot felul se înalță semeți spre soare, printre stînci și prăpăstii. Unii drepți și solemni, ca niște imense sfeșnice, alții sub forma unor arbori stranii din care, în loc de crengi, cresc amenințătoare săbii pline de spini.

O dată cu apropierea Oceanului Pacific, se schimbă brusc și vegetația și clima. Locul imenselor stînci și al cactușilor este luat de bogate păduri de cocotieri, de ornamentali arbori împodobiți cu flori viu colorate, de plantațiile de bananieri, printre care zărești solitare și modeste așezări omenești.

Aerul plăcut al munților face loc unei adevărate băi de aburi. Sîntem leoarcă de apă și avem o singură dorință: să ajungem cît mai repede! Coborînd din munți spre imensul litoral al oceanului, în zare apare Acapulco, răsfirat cu eleganță pe malul unui golf de un albastru aproape incolor și înconjurat de dealuri stîncoase sau împădurite. Pe apa liniștită a dimineții, zeci de vase cu pînze și bărci cu motor lunecă spre insulele din apropiere sau la pescuit.

Numeroase vile cochete și hoteluri ce-și scaldă albul imaculat sau pastelatele culori în razele unui soare darnic dau o notă deosebită acestei stațiuni, al cărei farmec rezidă din luxurianta sa vegetație tropicală, ca și din remarcabilele realizări de arhitectură modernă.

Sîntem într-una din cele mai celebre stațiuni balneare din lume. Reclame ingenioase îți sugerează cu insistență la tot pasul marile atracții ale orașului — 165 de hoteluri și tot atîtea bazine (dacă nu mai multe), baruri de zi și de noapte, restaurante cu picantele specialități culinare mexicane, schi pe apă, pescuit în larg și multe altele. Bani să ai...

Aci sezonul începe de obicei spre sfîrșitul lunii noiembrie. În octombrie, cînd am fost noi, era o perioadă mai... accesibilă și unor pungi ceva mai modeste. Clientela nu prea numeroasă a acelor hoteluri este formată în acest sezon „mort" din tineri americani veniți (cu preț redus) în voiaj de nuntă, din bătrîni și mai ales bătrîne aparținînd unor bizare societăți religioase, din mexicanii ce-și tratează felurite, și nu o dată închipuite, boli.

În hoteluri, la baruri sau pe străzi, aceeași ținută: cît mai sumară posibilă. „Aere acondicionado", anunțat pe toate reclamele, e o iluzie amăgitoare, o adevărată „fata morgana". Zăpușeala din hotel alungă orice urmă de somn. Te sucești în toate felurile și pînă la urmă te arunci în miez de noapte în bazin sau în ocean, după preferință.

În holul elegantului hotel Pescador, unul din componenții lotului francez de iahting, participant la „Săptămîna internațională sportivă", ofteazà:

— Auzi, domnule, ce ghinion! O săptămînă de concurs să nu ai un pic de vînt și, acum, cînd s-a terminat, iată ce briză minunată se pornește! Și, pe deasupra, plictiseala și zăpușeala asta care te ucid...

Răspundem evaziv și plecăm repede să prindem ultimul spectacol la „QUEBRADA". Este vorba de atractivele și temerarele sărituri ale localnicilor în apa învolburată a Pacificului. Restaurantul cunoscut de cei ce au văzut filmul „Veselie la Acapulco" se distinge prin originalitatea și mai ales prin prețurile sale extrem de piperate. Mesele goale arată că imprudențele sînt contraindicate clientelei modeste din acest sezon.

Sub noi, la circa 50 de metri, oceanul mugește în acest abis ca un uriaș rănit de moarte. Stîncile ascuțite ce ies amenințătoare din apa înspumată capătă în lumina puternică a reflectoarelor dimensiuni și nuanțe nefirești.

Între timp, pînă la începerea „programului", copii de felurite vîrste își fac „ucenicia" sărind de la 2—3 și chiar 5 metri. Cei mai mari fac sărituri de la 10—15 metri. În felul acesta ei învață de mici fiecare loc, fiecare colț de stîncă unde să pună piciorul ca să se cațere, sau de care să se ferească atunci cînd sar în apă. Și învață, mai ales, momentul cel mai potrivit al săriturii, adică exact atunci cînd plămînul uriaș al Pacificului împinge cu putere apa între stînci. Se spune că aproape toți străinii care s-au încumetat să înfrunte oceanul în acest infern au plătit curajul cu propria lor viață.

Dar, iată momentul culminant! Luminile se sting. Tobele răpăie strident. Și deodată, tăcere... O fîșie de lumină apare undeva, iar în conul ei de argint un om cu o mantie albă pornește din hăuri să înfrunte în noapte cei 42 de metri ai stîncii, de două ori: o dată în sus, a doua oară în jos. Se cațără cu o ușurință uimitoare. Ba, nu! Are un moment de ezitare. Reflectorul s-a oprit și o dată cu el și respirația noastră. Pornește din nou, însoțit de priviri înfrigurate. A ajuns. Reflectorul s-a stins. O candelă pîlpîie sub madona ce străjuiește „stînca morții". Tînărul cabalero se roagă îndelung, în timp ce oceanul urlă înfiorător în prăpastia neagră.

Deodată, totul se luminează, un imens foc revarsă valuri purpurii pe stînci și pe coama de spumă a oceanului.

Ici, colo, licuricii țigărilor denotă încordarea asistenței. Temerarul săritor se apropie de marginea stîncii, privește o clipă în jos, apoi spre restaurant, salută cu eleganță și, cu un salt prelung, cu boltă, se aruncă de la înălțimea celor 42 de metri paralel cu stînca colțuroasă, în oceanul ce a înghițit în acest loc numeroase vieți.

La capătul unor interminabile secunde, aplauzele izolate ale puținilor clienți par penibile. Ele accentuează parcă anonimatul acestui act de mare curaj și îndemînare.

Spectacolul... sportiv s-a terminat.

Sentimentul de tristețe se amplifică cînd, la ieșire, bravul săritor, un tînăr oacheș și cu priviri scăpărătoare, întinde umil o farfurie pe care strînge pesoșii existenței sale...

Undeva, departe, un clopot vestește o oră mult trecută de miezul nopții.

În fața restaurantului, pe lîngă mașină, o puzderie de copii vînd sau mai bine zis încearcă să vîndă la această oră tîrzie felurite fleacuri, cu o insistență înduioșătoare. Te oprești să iei ceva. Ca din pămînt răsar alții, iar în hărmălaia de nedescris îți dai seama de neputința gestului...

În jur, lumina feerică a lunii se revarsă cu dărnicie asupra vilelor și elegantelor grădini ce le înconjoară. Măreția peisajului nocturn nu-ți alungă însă sentimentul de tristețe.

Fără voie reflectezi că, în fond, nu-i chiar atît de vesel la Acapulco..

ION BALAȘ